



令和6年6月6日  
世田谷区立松沢小学校  
校長 寺崎 晶子  
養護 教諭

## 6月の保健行事

日にち	曜日	項目	対象学年	注意事項・持ち物
10日	月	河口湖連合移動教室 事前検診	くすのき学級の 4、5、6年生	健康カード

## 水泳学習に向けて

健康診断が終わり次第、受診の必要があるお子様へ「健康診断結果のお知らせ」を配布しています。内科、眼科、耳鼻科検診の受診が終わっていないと、水泳学習に参加することができません。早めに受診をしていただき、「受診連絡票」の提出をお願いします。

## 今月の目標 熱中症を予防しよう

本日、熱中症について担任から保健指導を行いました。

子供は大人に比べて「熱しやすく冷めやすい」体のつくりをしており、熱中症にかかりやすく、大人よりも注意が必要です。ご家庭においても生活リズムの確立や水筒、帽子、汗拭きタオル等のご準備をお願いします。



## 暑熱順化で夏に備えよう

熱中症への対策は本格的な暑さになる前の今の時期からすることができます。程よい運動をしたり、お風呂に浸かったりして汗をかく練習をしておくことで、急に気温や湿度が上がっても体温を調整することができます。これを「暑熱順化」と言います。夏本番の暑さに向けて体の調子も準備しておきたいですね。



### 5月の感染症情報

インフルエンザ (2名)  
水痘 (2名)  
溶連菌感染症 (4名)  
感染性胃腸炎 (2名)  
新型コロナウイルス (1名)

本校では今年度に入ってから感染症の拡大はみられていませんが、区内ではインフルエンザによる学級閉鎖をした学校も出ています。一年を通して感染症の予防をしていきたいですね。